

## THÔNG CÁO BÁO CHÍ

### KHÓA ĐÀO TẠO “KÊ ĐƠN HOẠT ĐỘNG THỂ LỰC TRONG PHÒNG VÀ ĐIỀU TRỊ BỆNH KHÔNG LÂY NHIỄM”

*Phú Thọ, ngày 07 – 08 tháng 11 năm 2011 tại Trung tâm Hội nghị tỉnh Phú Thọ, 936 Hùng Vương, Thanh Miếu, Việt Trì.*

*Hà Nội, ngày 09 – 11 tháng 11 năm 2011 tại Nhà A1, trường Đại học Y Hà Nội và Bệnh viện Thể thao Việt Nam.*

Từ ngày 07 đến ngày 11 tháng 11 năm 2011, khóa đào tạo đầu tiên tại Việt Nam về “Kê đơn hoạt động thể lực trong phòng và điều trị bệnh không lây nhiễm” sẽ được trường Đại học Y và viện Karolinska (Thụy Điển) phối hợp tổ chức tại Phú Thọ và Hà Nội với sự tham gia hướng dẫn của các chuyên gia đến từ Viện Karolinska và Hà Nội (giảng viên phía Việt Nam là những người đã tham gia 2 khóa học với nội dung tại Thụy Điển). Đây là hoạt động nằm trong khuôn khổ Dự án “Hoạt động thể lực trong phòng và điều trị bệnh không lây nhiễm tại Việt Nam”. Mục đích của khóa đào tạo là cung cấp kiến thức, hướng dẫn kê đơn hoạt động thể lực cho các bác sỹ và nhân viên y tế, tạo nền tảng để phát triển sâu rộng hoạt động này tại Việt Nam cũng như phổ biến, giới thiệu lợi ích của phương pháp này tới người dân.

Khóa đào tạo sẽ tập trung làm rõ khái niệm về hoạt động thể lực, kê đơn hoạt động thể lực, chỉ ra mối liên quan giữa hoạt động thể lực và sức khỏe; cung cấp các bằng chứng khoa học về tác dụng của hoạt động thể lực, kê đơn hoạt động thể lực trong điều trị bệnh không lây nhiễm; các mô hình hoạt động thể lực, kê đơn hoạt động thể lực; các số liệu thực tế về tỷ lệ mắc bệnh và tử vong vì bệnh không lây nhiễm tại Việt Nam; các khuyến nghị dành cho người cao tuổi, trẻ em Việt Nam. Ngoài ra, các chuyên gia Viện Karolinska sẽ chia sẻ những bài học kinh nghiệm từ việc áp dụng kê đơn hoạt động thể lực tại Thụy Điển.

Đặc biệt, tại Phú Thọ, các chuyên gia sẽ hướng dẫn một số bài tập vận động thể lực cho người dân tự thực hiện tại nhà nhằm dự phòng và giảm nhẹ triệu chứng của một số

BKLN phổ biến hiện nay như huyết áp, tim mạch, đái tháo đường, béo phì, rối loạn tâm thần...

Trong khuôn khổ khóa đào tạo diễn ra tại Hà Nội, các chuyên gia sẽ tham quan Bệnh viện Thể thao Việt Nam và thảo luận với các bác sĩ Hà Nội về việc phát triển mạng lưới kê đơn hoạt động thể lực tại Việt Nam, nhằm xây dựng nền tảng cho quá trình triển khai kê đơn hoạt động thể lực, tạo điều kiện cho chương trình này phát triển sâu rộng tại Việt Nam trong tương lai.

Báo cáo của Tổ chức Y tế thế giới đã chỉ ra rằng, bệnh không lây nhiễm là nguyên nhân chính kìm hãm sự phát triển kinh tế - xã hội tại những nước có thu nhập thấp và trung bình. Tại Việt Nam, tỷ lệ người mắc các bệnh không lây nhiễm đang gia tăng nhanh chóng, kéo theo sự suy giảm nguồn lực sản xuất và tạo ra những khoản chi phí điều trị khổng lồ cho cá nhân, gia đình và xã hội.

Hoạt động thể lực là những hoạt động khiến con người phải vận động mạnh và nhiều hơn bình thường, nâng cao sức khỏe và ngăn ngừa, điều trị bệnh tật. Kê đơn hoạt động thể lực là phương thức điều trị bệnh không lây nhiễm không cần dùng thuốc. Mỗi bệnh nhân sẽ được bác sĩ cung cấp một đơn gồm những bài tập thể lực được cá nhân hóa cho chính họ hoặc cho một nhóm để phục vụ việc điều trị. Kê đơn hoạt động thể lực được sử dụng đầu tiên tại Thụy Sĩ, sau đó được áp dụng cho tất cả các tỉnh, thành tại Thụy Điển vào năm 2009.

“Hoạt động thể lực trong phòng và điều trị bệnh không lây nhiễm” là dự án do tổ chức SIDA tài trợ, được thực hiện bởi trường Đại học Y Hà Nội, Viện Karolinska (Thụy Điển) và Hiệp hội nghiên cứu hoạt động thể lực trong điều trị (Thụy Điển), bắt đầu từ tháng 12/2010 và kéo dài trong 3 năm nhằm mục đích cung cấp các bằng chứng khoa học về tác dụng của hoạt động thể lực trong phòng và điều trị bệnh không lây nhiễm, đào tạo bác sĩ và nhân viên y tế để có thể áp dụng việc thực hiện kê đơn hoạt động thể lực đối với các bệnh nhân tại Việt Nam. Hoạt động chính của dự án bao gồm: xây dựng chương trình đào tạo và đào tạo cho các bác sĩ Việt Nam về kê đơn hoạt động thể lực; đánh giá ban đầu kết quả của việc đào tạo bác sĩ, nhân viên y tế và sự tuân thủ của bệnh nhân đối với các hoạt động thể lực được bác sĩ kê đơn.